ROK VIII. LIPIEC-SIERPIEŃ 1935 Nr. 7 i 8

POŁOŻNA

MIESIĘCZNIK

ORGAN STOW. ZAWODOWEGO POŁOŻNYCH MAŁOPOLSKI LWÓW—KRAKÓW

Cena pojedynczego numeru **60 groszy**, w przedpłacie kwartalnej **Złotych 1·50**



Redakcja i Administracja: Lwów, Pijarów L. 4. Telefon 126 i 88-50.

Redakcja na Kraków ul. Kopernika L. 17, Telefon Nr. 102-65

Dr. M. KACPRZAK — Warszawa.

Jak się zarażamy.

Dawniej przypuszczano, że zarazki znajdują się w powietrzu i że właśnie dlatego na choroby zakaźne odrazu zapada dużo ludzi, bo zapadają wszyscy ci, którzy oddychają tem samem powietrzem. Dlatego też wszelkie choroby zakaźne, szerzące się gwałtownie, nazywano kiedyś morowem powietrzem, albo wprost powietrzem. Zakażenie powietrza, jak przypuszczali nasi przodkowie, miało powstawać z ludzkich wyziewów, szczególnie z oddechu ludzi chorych, z wysychającego błota, z rozkładu gnijących różnych roślin, a szczególnie z rozkładu trupów ludzkich i zwierzęcych.

Dziś wiemy, że ani z największego błota, ani z najstraszniejszego trupa żadna bakterja do góry się nie pod-

nosi, dziś wiemy, że bakterje zakaźne — poza organizmem ludzkim — nie mnożą się i prędko giną, a mnożą się i rozwijają tylko w człowieku za życia i dlatego prawie że jedynem źródłem chorób zakaźnych są ludzie: a) chorzy wyraźnie i leżący w łóżku, b) chorzy lekko i chodzący z chorobą, o czem często sami nie wiedzą, c) wreszcie ci, którzy, choć nie są chorzy, lecz noszą w sobie zarazki i innych zakażają.

A więc człowiek zaraża się prawie zawsze od drugiego człowieka, rzadko od przedmiotów, świeżo przez człowieka zakażonych. W każdym razie pierwotnem źródłem choroby jest zawsze człowiek. A jakiemi drogami bakterje przenoszą się od człowieka do człowieka?

Istnieją choroby zakaźne, których zarazki znajdują się u człowieka we krwi i przenoszone są przez owady. W każdej takiej chorobie działa zawsze ten sam owad. Owad ten kąsa najpierw człowieka chorego i od niego wraz z krwią bierze zarazki, a później, kąsając zdrowego, te zarazki mu oddaje. Do tej grupy chorób należy tyfus plamisty i malarja.

Tyfus plamisty przenosi wesz. Gdzie niema wszy, niema i tyfusu plamistego. Były przypadki, kiedy ludzie nauki dla doświadczenia kładli się spać razem z chorym na tyfus plamisty i jeżeli nie było wszy, ani na chorym ani na zdrowym, nie zarażali się. Malarję albo zimnicę przenoszą komary. Jest wiele gatunków komarów, ale tylko jeden z nich, mianowicie widliszek, przenosi malarję. Dla zakażenia malarją konieczny jest człowiek chory i komar. Powietrze, pokarmy i napoje nie odgrywają tu żadnej roli.

Drugą grupę tworzą te choroby, których zarazki znajdują się u człowieka w jelitach, wydostając się nazewnątrz z kałem i przedostają się różnemi drogami, najczęściej przez pokarmy i napoje do ust ludzi zdrowych. W tej grupie znajdujemy: dur brzuszny, czerwonkę albo krwawą biegunkę, wreszcie, dziś już u nas niespotykaną, cholerę. Żeby się którąkolwiek z tych chorób zarazić trzeba, żeby kał, wydzielany przez chorego, w jakiś sposób dostał się przez usta do innego człowieka. W przenoszeniu tych chorób znowu owady nie odgrywają żadnej roli, wyjąwszy muchy, które mogą przenieść zakażone wydaliny ludzkie na pokarmy, przygotowane dla ludzi.

Trzecią najliczniejszą grupę chorób tworzą te choroby, których zarazki znajdują się u człowieka albo w płucach, albo w gardle lub nosie. Tutaj należą prawie wszystkie choroby wieku dziecięcego, jak: krztusiec (koklusz), odra, szkarlatyna, dyfteryt, świnka, wietrzna ospa; tu należy grypa (influenca), tu też zaliczamy gruźlicę.

Wymienione choroby przenoszą się wraz ze śluzem, ze śliną, z plwociną, słowem — z wydzieliną z nosa lub gardła. Trzeba, żeby ślina chorego przedostała się do ust zdrowego, co bywa: a) przy kaszlu, kichaniu, głośnej rozmowie, kiedy kropelki śliny bezpośrednio przeskakują z ust do ust, b) przez branie do ust pośliniionych świeżo przedmiotów przez osoby zakażone (łyżki, widelce, papierosy, szklanki i t. d.), c) przez bezpośrednie stykanie się, np. przy pocałunku. Te choroby nie przenoszą się ani przez owady, ani przez przewód pokarmowy. W tych chorobach najtrudniej też ustrzec się zakażenia, bo można się niemi zakazić w każdej większej grupie ludzi, od każdego człowieka, z którym się stykamy, nawet pozornie zdrowego, jeżeli tylko nosi on w jamie ustnej zarazki.

Wreszcie do czwartej grupy chorób można zaliczyć te, które się szerzą przez bezpośrednie zetknięcie się, albo przez zadraśnięty naskórek albo przez błony śluzowe. Tutaj należą przedewszystkiem choroby weneryczne, któremi można się zarazić albo przez stosunki płciowe, co bywa najczęściej, albo — jak to bywa w syfilisie — przez bliskie obcowanie, przez pocałunek, wspólne używanie tych samych przedmiotów i t. p. Tu też należy wymienić choroby odzwierzęce, jak wąglik, nosacizna, wścieklizna, a z innych chorób — jaglicę, różę.

Jaglicą zarażamy się, jeżeli wydzielina z oka człowieka chorego przedostanie się do oka zdrowego, a różą, jeżeli bakterje choroby z rany dostaną się gdzieś przez zadraśnięty naskórek. Jeżeli skóra jest cała, nienaruszona, nawet duża liczba bakteryj i najbardziej złośliwych przez skórę nie przejdzie. Naturalnie, te choroby nie przenoszą się ani przez owady, ani przez przewód pokarmowy ani przez kropelki śliny. Przez ślinę z pośród tych chorób może się przenieść syfilis i wścieklizna, bo zarazki i jednej i drugiej znajdują się w ślinie.

Znajomość tego, gdzie, w jakiem miejscu organizmu znajdują się bakterje, jaką drogą opuszczają organizm i jak przedostają się do człowieka zdrowego, jest niezmiernie ważna, gdyż to wskazuje nam, jak każdej choroby należy się i można się ustrzec. Inaczej bronimy się przed tyfusem plamistym, inaczej przed tyfusem brzusznym, a jeszcze inaczej przed odrą albo grypą. Trzeba tylko wiedzieć i chcieć.

Na Straży Zdrowia Nr. 4. 1935.

Dr. med. FRANCISZEK KSAWERY CIESZYŃSKI — Warszawa.

Ogródki rodzinne.

Pomiędzy urządzeniami dla dzieci mało znane i dlatego niedoceniane przez nasze społeczeństwo są t. zw. „Ogródki rodzinne". W Niemczech, gdzie jedna czwarta część ludności miejskiej posiada takie ogródki, są one znane pod nazwą „Schrabergarten" — od nazwiska lekarza chorób dziecięcych w Lipsku, który je silnie propagował. Istnieją one od dawna we wszystkich krajach Zachodniej Europy. Tam każde miasto otoczone jest maleńkimi ogródkami, które każda rodzina sama obrobić może, mając za cenę dzierżawy i małe wkłady inwestycyjne dochód w postaci jarzyn owoców i kwiatów, które przestawiają również nieocenioną wartość moralną, gdyż pochodzą z własnego ogrodu, własnemi rękoma są siane, czy sadzone, później pielone i pielęgnowane, a w końcu wybierane czy zrywane.

Na wzór zagranicy ogródki rodzinne powstały również w Polsce. Najprzód urządziły je u siebie wszystkie większe miasta Zachodniej Polski, będąc jeszcze pod panowaniem niemieckiem, i to na wzór zachodnio-europejski. Pierwszy przykład dali niewątpliwie urzędnicy niemieccy, za którymi powoli poszli urzędnicy i robotnicy polscy.

Na terenie pozostałych dawnych dwóch zaborów, w których kultura zachodnio-europejska jest jeszcze powierzchowna i ogranicza się prawie wyłącznie do warstw górnych, idea ogródków rodzinnych natrafia na pewne trudności. Przyczyną tego są niewątpliwie ciemnota i brak organizacji wśród warstw szerokich z jednej strony, a zbyt

wielkie, ze środkami materjalnymi niewspółmierne, wymagania warstw inteligentych z drugiej strony.

Tymczasem na Zachodzie trudności te są już oddawna przełamane. Tam prof. uniwersytetu, czy wysoki urzędnik ministerjalny ma obok robotnika fabrycznego swój ogródek i równocześnie uprawiają w nich własne jarzyny, kwiaty i owoce, udzielając sobie wzajemnie rad sąsiedzkich, co do hodowli poszczególnych roślin. Przykład prawdziwie demokratycznego postępowania rodziców działa dodatnio od najwcześniejszych lat na dzieci, które przecież nie uświadamiają sobie różnic stanowych, wypływających jedynie z różnych rodzajów pracy, jeżeli rodzice nie zwrócą im na nie uwagi, ze szkodą dla ich duszy.

Idąc za przykładem innych krajów Europy i miast zachodnio-polskich, wielu ludzi dobrej woli wzięło na siebie ciężar przełamania trudności materjalnych i jeszcze większych trudności natury moralnej w postaci niechęci i lenistwa — i stworzyło w Warszawie w roku 1927 pierwszą kolonję Tow. Ogródków Rodzinnych na Rakowcu (dojazd tramwajem Nr. 3), której owoce w postaci pięknych rabatek z kwiatami i jarzynami, oraz nielicznych altanek obecnie podziwiać każdy może.

Otóż właściciel takiego 300 metrowego ogródka spędza wszystkie chwile wolne podczas pogody w swoim ogródku, wypoczywając na łonie przyrody po pracy umysłowej, czy fizycznej i ciesząc się owocami swoich zabiegów, zdala od gwaru miejskiego, dusznych kawiarni i zawsze przepełnionych kin. Tam odnaleźć może równowagę duchową, tak często zachwianą w nowoczesnem, pędzącem życiu i w ciężkiej przeważnie walce o byt.

W ogródku rodzinnym może matka z dziećmi spędzać od wczesnej wiosny do późnej jesieni wszystkie od zajęć gospodarskich wolne chwile, ucząc dzieci swe zamiłowania do przyrody i poszanowania dla cudzej pracy, gdyż zajęcia w ogrodzie umożliwiają dzieciom wzięcie w nich udziału a tem samem ukochanie pracy jako takiej i cieszenie się jej owocami.

Trzeba bowiem samemu przeżyć z dzieckiem jego radość codzienną nad rozwojem każdej rośliny, przez nie sadzonej, aby zrozumieć wartość moralną posiadania na stałe kawałka własnej ziemi dla dobra całej rodziny.

Ogródki rodzinne mogą więc dla jednych być etapem przejściowym do zdobycia własnego domu z ogródkiem, a dla drugich, których nie stać na ten wysiłek, trwałem urządzeniem, dającem dzieciom higjeniczne i moralne warunki pełnego rozwoju i to dostępne nawet dla najuboższych. W obecnem okresie przełomowym, w którym warstwy inteligentne mają często za dużo kultury, a warstwom szerokim przeważnie jej brak — ogródki rodzinne spełnić mogą zadanie łącznika, stanowiąc wspólny teren pracy i wytchnienia dla jednych i dla drugich.

Z rozważań tych wynika, że ogródki rodzinne powinny powstawać we wszystkich miastach polskich bez wyjątku, gdyż obecne warunki mieszkaniowe nie zapewniają dzieciom możności pełnego rozwoju. One jedynie łagodzić mogą obecną nędzę mieszkaniową, tworząc niejako drugą połowę mieszkania na świeżem powietrzu i słońcu, które dla rozwoju dziecka tak koniecznie są potrzebne. One tylko mogą zapobiec tak palącej potrzebie corocznych wyjazdów letnich, które dla jednych zupełnie są niedostępne, a dla drugich — w stosunku do korzyści osiągniętych — zbyt kosztowne.

Ze względu na wyżej wymienione korzyści, a przedewszystkiem na dostępność ogródków dla najszerszych warstw — konieczne jest rozszerzenie działalności Tow. Ogródków Rodzinnych w Warszawie na wszystkie dzielnice stolicy, jak również stworzenie podobnych towarzystw we wszystkich miastach polskich.

Każdy inteligent przyzwyczający się do tej akcji i uprawiający później wzorowo swój ogródek, spełniają równocześnie z zaspokojeniem swoich najpilniejszych potrzeb, pewnego rodzaju czyn społeczny. Swoim przykładem bowiem, wskazuje drogę do lepszego jutra najszerszym warstwom, które najwięcej cierpią pod brzemieniem naszej materjalistycznej kultury, pędzącej w swem zaślepieniu i z niego wypływającej przewrotności do dancingu i sleepingu, jako ostatecznego celu marzeń, po przez morze nędzy, wyzysku ogólnego i zgnilizny moralnej.

Zawrócić ludzkość z tej niebezpiecznej drogi mogą jedynie rodzice, którzy z ciężkiej walki o byt dla siebie i rodziny wynoszą hart ducha, a z czystej swojej miłości

do dzieci, jak z krynicy, czerpią otuchę do wywalczania jaśniejszych dni nietylko dla własnych dzieci, lecz dla wszystkich bez wyjątku synów i cór jednej matki-Ojczyzny.

Dr. ELJASZÓWNA ANNA — Paryż.

Adolf Pinard.

Powinniśmy pamiętać o tem, że zdrowe i dorodne dzieci są bogactwem społeczeństwa. Nie wystarczy jednak akcja w kierunku higjenicznego wychowania dziecka po urodzeniu. Koniecznem jej dopełnieniem jest opieka nad dzieckiem w okresie życia płodowego. Z natury swego stanowiska właśnie położna jest powołana do tego, aby roztaczała opiekę nad kobietami w ciąży, pouczała je o higjenie ciąży i działaniu czynników, mających szkodliwie wpłynąć na potomstwo — i w ten sposób owocnie przyczyniła się do pracy nad poprawą rasy, czyli eugeniką. Dla każdego interesującego się eugenika jest wzniosłym przykładem człowiek, który w życiu swem osiągnął wszelkie zaszczyty, odznaczenia i tytuły i wszystkie lekceważył a chlubił się jednym: tytułem twórcy i organizatora opieki nad dzieckiem.

Jest nim Adolf Pinard, którego życiu i działalności pragnę poświęcić kilka słów z okazji pierwszej rocznicy jego śmierci.

Urodził się 4 lutego 1844 r. w Mery-sur-Seine, w r. 1874 uzyskał tytuł doktora medycyny, w r. 1889 został mianowany profesorem kliniki położniczej Baudelocque w Paryżu, w r. 1894 członkiem Akademji medycyny. Był świetnym nauczycielem i wykładowcą. Z kliniki jego wyszło wielu wybitnych położników. Przedewszystkiem jednak zainteresowały go pewne zagadnienia zdrowia i moralności społecznej. Stykając się w swej praktyce lekarskiej z kobietami w ciąży potrafił się wczuć w psychikę kobiety w tym okresie i zarazem przejąć się gorącem współczuciem dla tragedji matek nieślubnych. Uczuciom tym dawał żywy wyraz w swych wykładach na Sorbonie. Podkreślał, że na-

wet kobieta z sfer zamożnych, otoczona wygodami i dobrobytem, mająca oparcie moralne w mężu i rodzinie, w okresie ciąży znajduje się w stanie pewnej nierównowagi psychicznej. Tembardziej nierównowaga ta jest zrozumiała u kobiet z warstw społecznych mniej uprzywilejowanych. Żona rolnika czy robotnika nie może sobie pozwolić na wygody, musi pracować do ostatniej chwili, ale przynajmnie czerpie otuchę w uśmiechu dzieci i przywiązaniu męża. Brak jej odpowiednich warunków materjalnych, ale przynajmniej otacza ją dobra atmosfera moralna. Jak straszne jest natomiast położenie matki nieślubnej, którą społeczeństwo odpycha ze wzgardą, której udziałem staje się nędza i hańba.

Zainteresowanie Pinarda przenosi się stopniowo coraz bardziej bezpośrednio na zagadnienie opieki nad dzieckiem. Wielka rewolucja proklamowała prawa człowieka. Od tej chwili minęło sto lat, a nikt nie pomyślał o obronie praw dziecka. Walka o prawa dziecka staje się myślą przewodnią działalności społecznej Pinarda. Pierwszem jego publicznem wystąpieniem jest odczyt pt. Przyczynek do historji opieki nad dzieckiem w życiu płodowem". Owcześni lekarze byli nieprzyzwyczajeni do zagadnień medycyny społecznej, stąd też działalność Pinarda spotkała się z zupełnem niezrozumieniem. W r. 1899 robiono mu wielkie trudności w przyjęciu referatu o opiece nad dzieckiem na międzynarodowy kongres higjeny. To go jednak nie zrażało.

Jak wiemy, w końcu XIX. wieku powstają monumentalne dzieła Darwina i Galtena o pochodzeniu człowieka i dziedziczności. Dzieła te stały się natchnieniem Pinarda. Marzeniem jego stało się wyciągnięcie wniosków praktycznych z teorji tych uczonych, wcielenie świata naukowej utopji w formy rzeczywiste. Działalność Pinarda na polu eugeniki polegała przedewszystkiem na uświadamianiu społeczeństwa o zgubnym wpływie alkoholizmu i chorób wenerycznych na przyszłe potomstwo. Na wzór Pisma świętego ostrzega ludzi przed błędami, które mszczą się na kilku pokoleniach. Domagał się, aby pokonano fałszywą wstydliwość i rozpowszechniano znajomości higjeny, rozmnażania się w szkołach, na wszystkich stopniach nauczania, zarówno najniższych, jak naj-

wyższych. Prowadził akcję zakładania przytułków dla matek nieślubnych.

Nadchodzi wielka wojna. W tym okresie, który przez miljonowe straty w ludziach zadawał ciężkie ciosy Francji, stojącej wobec widma wyludnienia, działalność Pinarda staje się jeszcze bardziej intensywna, pomaga mu przytem dzielnie generał Michel i p. Leclere. Zajmuje się dziećmi opuszczonemi. Roztacza opiekę społeczną i higjeniczną nad dziećmi z warstw ubogich. Występuje z oburzeniem przeciw używaniu kobiet w ciąży albo wkrótce po porodzie do ciężkiej pracy w fabrykach broni i amunicji pod pretekstem względów obrony narodowej. W r. 1917 ogłasza w jednym z czasopism lekarskich artykuł o prawach dziecka, w którym wypowiada te słowa: „Więcej czasu trzeba na stworzenie dziecka jak na fabrykowanie granatów i armat". Po wojnie dzięki ofiarności amerykańskiego komitetu Czerwonego Krzyża może myśleć o urzeczywistnieniu swego marzenia: stworzenia szkoły opieki nad dzieckiem przy wydziale lekarskim Uniwersytetu paryskiego. Uroczyste otwarcie tej szkoły odbyło się dnia 5 marca 1933 r., przyczem sam Prezydent Rzeczypospolitej francuskiej Albert Lebrun udekorował Pinarda Legją honorową. Uroczystość ta była ukoronowaniem życia i działalności Pinarda. Jak gdyby czekał na tę chwilę, stopniowo z powodu choroby zaczął się coraz bardziej z życia społecznego usuwać i w marcu 1934 zakończył swe życie poświęcone wielkiej religji miłości bliźniego.

Dr. FR. LORBER — Lwów.

Czerwonka.

Czerwonka czyli dysenterja jest to choroba zakaźna, wywołana przez specjalne bakterje. Jedne są to bakterje zwane amebą czerwonki i żyją one w krajach podzwrotnikowych (ciepłych), gdzie te wywołują dysenterję podzwrotnikową, o bardzo złośliwym przebiegu i bardzo groźnych objawach. Na szczęście w naszym kraju należy ona do rzadkości.

Drugi typ bakterji to laseczniki czerwonki, zwane od swych odkrywców laseczkami Schiga-Krouse (czytaj Sziga-Kruze). Ta postać występuje u nas i to epidemicznie, szerząc się bardzo szybko.

Laseczniki Schiga-Krouse są to małe bakterje niewidoczne gołem okiem, dopiero przy użyciu silnie powiększających szkieł (mikroskopu), przedstawiają się pod postacią krótkich laseczek, pozbawionych ruchów i niezbyt wytrzymałych na wpływy zewnętrzne. W stanie suchym giną po 8-miu do 10-ciu dniach, w stolcu po 2-ch do 3-ch dniach, w wodzie po 5-ciu do 9-ciu dniach, w mleku po 8-miu do 20-tu dniach, słońce zabija je do 3-ch minut, karbol 3% po 2-ch minutach. Stosunkowo najdłużej utrzymują się na bieliźnie, bo 10 do 20-tu dni. Właściwością laseczników jest tworzenie jadu, zwanego toksyną.

Źródłem zakażenia jest przedewszystkiem sam chory, następnie przedmioty używane przez chorego, a zanieczyszczone stolcem jego, jak: bielizna, zanieczyszczone klamki drzwi, klozety, nadto jarzyny, owoce, woda, pieczywo, mleko. W roznoszeniu zarazka, dużą rolę odgrywać mają muchy, które usiadłszy na stolcu chorego, przenoszą na swych nóżkach zarazki. Czerwonka występuje przeważnie z końcem lata oraz w jesieni.

Objawy czerwonki są bardzo charakterystyczne. Już w trzy dni po dostaniu się zarazka do organizmu ludzkiego, występują bóle w brzuchu, kruczenie, częste parcia na stolec, język obłożony, bardzo liczne stolce, dochodzące nawet do 30—40-tu dziennie. Stolce są krwawe, zmieszane ze śluzem i ropą. Gorączka przytem nie musi być wielką. Choroba trwa przeciętnie 8-m do 14-tu dni. Śmiertelność wynosi 30-ci — 40-ci %.

Leczenie polega na stosowaniu ciepłych okładów na brzuch, podaniu oleju rycynowego w ilości 30-tu do 40-tu gramów, pozatem należy wezwać natychmiast lekarza, gdyż wczesne podanie surowicy leczniczej przeciwczerwonkowej, odgrywa bardzo ważną rolę. Do czasu przybycia lekarza, należy zachować ścisłą dyjetę, tj. tylko herbatę niesłodzoną, kleik z ryżu lub krupek perłowych.

Niemniej ważne jest zapobieganie szerzeniu się choroby w okresie epidemji. W tym celu należy w pierwszym

rzędzie niszczyć źródła zakażenia, a więc odkażać stolce chorego, najlepiej 3%-wym karbolem, zlewanie wapnem i karbolem ustępów, oraz dołów kloacznych, bieliznę i pościel chorego wygotowywać w wodzie z sodą i mydłem, słomę ze sienników spalać, ubrania wietrzyć na słońcu przez 4 — 5-ciu godzin, podłogę i sprzęty sparzać gorącą wodą z dodatkiem karbolu. Ręce należy często myć — zwłaszcza przed jedzeniem, używać możliwie świeżo gotowanych pokarmów, unikać jedzenia surowizny (owoców, jarzyn). Najlepiej jest sparzać ukropem surowe owoce i jarzyny przez 5—10 minut. Również należy zwracać baczną uwagę na muchy, a więc należy przykrywać środki spożywcze. Zapobiegawczo stosuje się też w okresach epidemji, szczepienia przeciwczerwonkowe ochronne.

Dr. H. NEWLIŃSKA — Lwów.

Z zakresu hygjeny ciąży.

(Ciąg dalszy).

Rozwijający się płód czerpie z organizmu kobiety potrzebne mu składniki odżywcze, — jest niejako pasożytem w ciele matki, bierze to co mu jest potrzebne do rozwoju, czasem nawet ze szkodą dla ciężarnej. Dlatego w odżywianiu ciężarnej musimy zawsze brać pod uwagę i potrzeby płodu. Nieznaczy to jednak, aby ciężarna miała się stale przejadać — powinna ona naogół jeść umiarkowanie to, co jej smakuje; zachciankom swoim może dogadzać, o ile nie są one bezwzględnie szkodliwe, np. ocet, korzenie, ostre przyprawy. Pożywienie ciężarnej powinno być treściwe i niezbyt obfite, aby nie obciążać zbytnio przewodu pokarmowego i nerek. W uwzględnianiu poszczególnych pokarmów musimy zwracać uwagę przedewszystkiem na pokarmy białkowe, które obciążają najwięcej nerki i tak już podczas ciąży wykonujące zwiększoną pracę. Dlatego należy ograniczyć ilość białka w pokarmach, szczególnie u tych osób, które już na początku ciąży wykazywały pewne objawy zatrucia ciążowego (np. wymioty). Nieprze-

strzeganie tego może doprowadzić nawet do ciężkich objawów zatrucia t. j. do rzucawki porodowej. Statystyka z czasów wojny, kiedy ludność bardzo źle się odżywiała, kiedy były trudności w dostawaniu mięsa, wykazała, że ilość rzucawek znacznie się zmniejszyła — to właśnie przemawia za szkodliwem działaniem mięsa podczas ciąży. A więc ciężarna nie powinna jadać więcej, niż raz dziennie mięso, i to raczej mięso zwierząt młodych, tak zwane białe, niż inne. Powinna natomiast unikać wędlin, mięs słonych, marynowanych. Z tłuszczów najzdrowsze jest świeże masło, gdyż trawi się łatwo i zawiera witaminy. Zasadniczym więc pokarmem ciężarnej będą węglowodany, które nie obciążają zbytnio przewodu pokarmowego, nie zatruwają organizmu i łatwo zostają wydalone. Zalecamy więc ciężarnym jarzyny, szczególnie te, które zawierają mało błonnika, a więc szpinak, sałata, marchew, zielony groszek. Nie radzimy zaś jarzyn strączkowych, a więc fasoli i bobu, również kapusty i czarnego chleba, gdyż są to potrawy ciężko strawne, które wywołują niepotrzebne rozdęcie jelit. Jarzyny mają duże znaczenie w odżywianiu ze względu na obecność w nich witamin, ciał niezbędnych zarówno dla matki, jak i dla dziecka. W pewnych warunkach nieodpowiedniego żywienia matki mogą wyniknąć z tego powodu szkody dla matki lub płodu; a więc zmięknienie kości podczas ciąży można tłumaczyć brakiem witamin.

Do rozbudowy płodu i łożyska potrzebna jest duża ilość soli mineralnych, przedewszystkiem wapna. W pokarmach znajdujemy je w dużych ilościach w mleku, serze, żółtkach jaj i jarzynach. O ile dostarczamy organizmowi ciężarnej zbyt mało wapna, płód-pasożyt zabiera wapno z tkanek matki kosztem jej zdrowia i tem się tłumaczy występowanie próchnicy zębów podczas ciąży, zmięknienie kości i t. p. Dlatego niejednokrotnie spotykamy się z tem, że ciężarne zjadają kredę, wapno ze ścian — jest to jakgdyby instynktowny przejaw zwiększonego zapotrzebowania. Drugą ważną solą mineralną jest żelazo. Znajduje się ono w szpinaku, szczawiu, pomidorach, marchwi, burakach poziomkach i t. d. Następstwem zubożenia organizmu matki w żelazo są rozmaite choroby krwi, które czasem spotykamy u ciężarnych.

Widzimy z powyższego, że najodpowiedniejszym pokarmem dla ciężarnych są jarzyny, nabiał, owoce, które nietylko nie obciążają przewodu pokarmowego, lecz wzmagają ruchy robaczkowe jelit i w ten sposób regulują jego czynność, która zazwyczaj podczas ciąży jest upośledzona.

Na jedną rzecz chciałabym jeszcze zwrócić uwagę, mianowicie na przesąd jaki istnieje, że ciężarna nie powinna pić dużo wody. Przesąd ten nie ma żadnej podstawy. Płód zawiera w sobie bardzo wiele wody, nic więc dziwnego, że i zapotrzebowanie w organizmie matki znacznie wzrasta. Nie należy więc ciężarnej ograniczać ilości płynów, o ile ma pragnienie może pić, byle nie napoje alkoholowe. Najlepiej się nadaje lekka herbata lub świeża woda ewentualnie z dodatkiem soków owocowych.

Zaparcie stolca, które są tak częste szczególnie u kobiet ciężarnych należy zwalczać środkami łagodnymi. Środki przeczyszczające wywołują przekrwienie w miednicy małej, dlatego należy ich unikać. Odpowiednia djeta może czasem uregulować stolce; zalecamy więc zsiadłe mleko, kefir, kompot ze śliwek suszonych, owoce i t. d. W ostatecznych przypadkach można pozwolić na lewatywy, stosowane jednak pod niskiem ciśnieniem.

W ten sposób wyczerpalibyśmy zasady postępowania hygjenicznego w ciąży, które jednak zależnie od warunków otoczenia danej osoby mogą być indywidualizowane. Im więcej przestrzegać będziemy tych zasad, tem rzadziej wystąpią rozmaite powikłania, mogące się nawet skończyć tragicznie dla matki i płodu.

Książki nadesłane.

Elżbieta Burger: **40 lat w służbie bociana.** Z zapisków dziennika położnej. Katowice 1931. Księgarnia Katolicka.

Smutki i radości życia zawodowego małomiasteczkowej położnej są przez doświadczoną i mądrą autorkę opisane tak żywo i barwnie a przytem tak głęboko, że mogą być czytane nietylko przez położne lecz również przez lekarzy, a nawet wszystkich laików bez względu na stan,

wiek i płeć. Podstawowe problemy życia ludzkiego w jego najintymniejszych przejawach przedstawione są bowiem tak prosto i jasno a przytem tak subtelnie, że nikogo nie mogą razić, a przeciwnie ujmują za serce, gdyż opisy tchną głębokiem, szczerem i bezinteresownem ukochaniem życia.

„Zamiarem moim było także wykazać, jak obszerne pole działania ma każda położna, jak ważnem i wzniosłem jest jej zadanie, jeśli pojmuje je należycie i zawód swój nie nie uważa li-tylko za źródło zarobku". — Końcowe słowa te autorka przez 40 lat swojej żmudnej i zbożnej pracy bezustanku z niegasnącym nigdy zapałem wcielała w czyn. Służyć też może ona jako wzór godny naśladowania dla wszystkich położnych, które przedewszystkiem tę książkę kupić powinny, aby się dużo, bardzo dużo dobrego od sędziwej autorki nauczyć i uczcić w ten sposób prawdziwą chlubę swego doniosłego a niestety niedocenianego zawodu.

Dr. med. **Franciszek Ksawery Cieszyński** (Warszawa).

Kurs obrony i ratownictwa przeciwgazowego.

W dniach od 1. V. do 31. V. 1935 r. odbył się w Państwowej Szkole Położnych kurs obrony i ratownictwa przeciwgazowego dla uczenic tejże Szkoły. Uczestniczki, których liczba wynosiła 92 po ukończeniu kursu poddano egzaminowi przed specjalną komisją. Uczenice otrzymały dyplomy podinstruktorów II-giej klasy **Polskiego Czerwonego Krzyża.**

O prawo krytyki.

Przykro mi ogromnie, że dotknęłam niechcący nasze Zarządy, ale sama koleżanka Leszczyszyn stwierdza, że wyraziłam to w zdaniu „Pieniądze tak ciężko przez członków Związku zdobyte — tak lekko przechodzą przez ręce Zarządów" — nie było więc mowy o zarzucie nieuczciwości,

tylko tyczyło charakterystycznej cechy t. zw. „szerokiej natury“, która cechuje wszystkich polaków, a więc i ... polki!

Dziś w dobie kryzysu, który my położne może najbardziej odczułyśmy — w chwili gdy Rząd przez usta swoich Ministrów rzuca przestrogę, by grosz publiczny pięćdziesiąt razy obejrzeć, nim się zadecyduje jego wydanie; — dyskusja nad wydatkami nie powinna obrażać Zarządów — lecz tak jak nowoczesna gospodyni, zapisująca dzień po dniu swoje wydatki — po roku widzi jakie pozycje najbardziej obciążają jej budżet — i odpowiednio te pozycje modyfikuje — tak Zarządy, podając drukiem bilanse, dają prawo do wejrzenia w ich gospodarkę nietylko komisjom rewizyjnym, lecz i szerokim rzeszom Czytelniczek. I słusznie! — stanowimy bowiem wielką rodzinę akuszeryjną i każda krytyka czy rada może być przyjmowana jak przez członków kochającej się rodziny nie z punktu widzenia drażliwości stanowiska, bo w przeciwnym razie każda myśl dobra będzie sparaliżowaną w zarodku przez chęć nieobrażenia Zarządu.

Żałuję mocno, że zwróciłam już warszawskie pisma — i nim je będę mogła zdobyć upłynie sporo czasu — pozostaje mi więc do omówienia „Położna“ i „Nowiny akuszeryjne“ — podkreślam — nie w celu urażenia Zarządów — lecz celem przypomnienia słów p. Ministra o szanowaniu grosza publicznego!

Pisze koleżanka Leszczyszyn, że Zarządy Związków pracują bezinteresownie — tymczasem w „Nowinach akuszeryjnych istnieje rubryka „za pracę sekretarską“ 330 zł. (Nowiny Akuszeryjne Nr. 2. 1935 r. str. 12) — oddzielnie zaś przeznaczono sumę „na wydatki sekretarjatu“ 230 zł. jeśli dodamy do tego rubrykę „różne wydatki Związkowe, koszta reprezentacyjne, tramwaje członków Zarządu i komisji rewizyjnej“ razem 482 zł. 35 gr., suma zaokrągli się do tysiąca i to z górą! — i mimowoli przypomni się anegdotka o pani, która kwestując, zebrała 2 zł. 30 gr. na LOPP. — pocztą tego przesłać nie chciała, bo miała własne sprawy w mieście do załatwienia, zabrała więc pieniądze ze sobą, a ponieważ umowy z kwestarkami przewidywały koszta podróży, więc zapłaciła 2 zł. za autobus — i do kasy LOPP. wpłynęło ...30 groszy, które przyjęto z gorącem podzięko-

waniem za bezinteresowną pracę. — Formalnie wszystko w porządku, a to grunt — bo zarzut nieuczciwości jest tu nietylko obrazą — ale poprostu nie na miejscu!

Ciekawe wyniki również daje porównanie bilansów pism. zostawiam go jednak koleżance Leszczyszyn, względnie koleżankom, które to interesuje — ja mogę tylko wspomnieć, że gdy suma ogólna wydatków „Położnej“ wynosi 1.645.69 a Nowin akuszeryjnych 2.676.37 — to koszta wysyłki nakładu „Położnej“ wynoszą 141.10, „Nowin“ 61.86. Każdy nieuprzedzony przyzna, że ciekawą jest ta odwrotna proporcjonalność cyfr, a sądzę, że wszelkie obrażania się są tutaj niesłuszne, bo cyfry mówią same! — Bilansów kasy pogrzebowej wolę nie zaczepiać, gdyż i tak czuję zbierające się nad moją głową chmury a niestety nas wieśniaczki nie stać na parasol!

Ale na zakończenie o jednem wspomnę co mnie boli... o sztandarach!

Jakże nam one potrzebne! — koniecznie! bez nich już dłużej żyć nie można — to nic, że koleżanki niektóre przymierają głodem, bo niestać nas na utworzenie jednej kasy samopomocy dla akuszerek całej Polski. To nic! że nie wszystkie, nawet na terenie własnych związków mają niezaopatrzone walizki — (konkurencja mniejsza, gdy ja mam wszystko, a moją koleżankę na to niestać). To nic! że niemamy własnego domu wypoczynkowego, po steraniu sił dla emerytek, na któryby popłynęłyby datki z całej Polski — jak długa i szeroka, byleby rzucić wezwanie: boć wszakże tylko jeden Bóg wie co każdą z nas czeka! to wszystko nic! byleby był ...Sztandar!

My wiejskie akuszerki — nawet nie zobaczymy niestety jak on wygląda — dowiemy się co prawda ile kosztuje — ale gdy już będzie gotów... i musimy się cieszyć, że zapewne niejeden i nasz grosik na to pójdzie, może i nie? — nie wiemy! Wiemy jednak to, że naszym Sztandarem — był, jest i pozostanie nasz dyplom — z wydrukowanem „uroczystem ślubowaniem“ — bo od początku pracy temu tylko sztandarowi ślubowaliśmy nieść w ofierze dzień po dniu całe nasze życie! i to nam wystarcza — a jeśli źle myślę niech mnie koleżanki przekonają dyskusją! Sądzę, że Redakcja na to pozwoli? Prawda?

M. Ryzeńko.

RUCH ORGANIZACYJNY.

PROTOKÓŁ
z zebrania zawodowych położnych w Tarnopolu.

Zebranie odbyło się dnia 6. lutego 1935 w Ośrodku Zdrowia z inicjatywy JWP. dr. Zielińskiego — lekarza powiatowego. Na wstępie był przegląd narzędzi położniczych, potem omawianą była sprawa pobierania honorarjum w Ubezpieczalni Społecznej za porody, oraz konieczność wyrównania wynagrodzenia położnym miejskim oraz wiejskim. Na ten temat wygłosił JWP. dr. Zieliński referat, podając warunki w jakich znajdują się położne wiejskie i zaznaczając, że wykształcenia są wymagane i po wsiach, natomiast warunki po wsiach są gorsze jak naprzykład: kiepskie drogi, zła komunikacja, trudność porozumienia się z lekakarzem i t. p. Witając zebranych pierwszy przemówił JWP dr. Biliński, w krótkich słowach przedstawił jak nauka idzie naprzód i Jego zdaniem byłoby zorganizować kurs przeszkolenia 6-tygodniowego, ażeby zaznajomić się z zastrzykami, które położnej są niezbędne. Następnie zagaiła posiedzenie p. Ludwig, zauważając, że położne zaniedbują obowiązki członkiń, czem przysparzają kłopot zarządowi, jak i członkiniom chętnym do pracy. Przewodnicząca apeluje do członkiń, ażeby nie uchylały się od współpracy — następnie rozdano wśród członkiń broszury „Opieka nad dzieckiem i matką". Na tem posiedzenie zamknięto o godz. 15-tej.

Sekretarka: Szymbarewicz F.

Przewodnicząca: P. Fronczak

Skarbnik: K. Ludwigowa.

PROTOKÓŁ
Związku Zawodow. Egz. Położnych Małopolski Wschodniej Oddział w Samborze.

Dnia 2 maja 1935 r. o godz. 11-ej odbyło się Walne Zebranie członkiń Zw. Zaw. Egz. Pol. Małopolski Wsch. Oddział w Samborze. Po odczytaniu protokółu ostatniego zebrania przewodnicząca złożyła sprawozdanie ze stanu

kasy, który ze względu na małą ilość członkiń i nieregularne wpłacanie wkładek nie posiada odpowiednich funduszów potrzebnych dla sprawniejszej pracy oddziału.

Następnie przewodnicząca oznajmiła zebranym, że w najbliższym czasie ma być rozpisany konkurs na posady okręgowych położnych. Ponieważ obecna płaca 15 zł. mies. jest stanowczo za małą, wobec tego wskazanem by było, ażeby zrzeszone położne przy zgłoszeniu się do konkursu żądały płacy większej niż 15 zł. Jeżeli w innych Województwach Rzp. okręg. położne pobierają po 30—40 zł. mies. wydaje się nam słuszne, aby i u nas nastąpiło podwyższenie płac.

Na wniosek przewodniczącej wybrano na zebraniu jednogłośnie na sekretarkę Annę Ingorek w miejsce Natalji Świstakowej, która uchyla się od pracy w Związku.

Na tem zebranie zamknięto o godz. 14.

Sambor dnia 1. VI. 1935.

Sekretarka: Ingorek A. Przewodnicząca: A. Nitkiewiczowa.

PROTOKÓŁ

z posiedzenia miesięcznego zebrania Związku Egz. Położnych we Lwowie odbytego dnia 5. VI. 1935 r.

Porządek dzienny:

1. Odczytanie protokołu.
2. Sprawozdanie kasowe.
3. Wykład p. ze Związku Pracy Obyw. Kobiet WP. Drowej Tyszkowej.

Po odczytaniu protokołu z poprzedniego posiedzenia i przyjęcia tegoż, zostało odczytane sprawozdanie kasowe.

W posiedzeniu wzięła udział p. Drowa Tyszkowa, która w podniosłych słowach przedstawiła wspomnienia z życia i działalności zmarłego Marszałka Józefa Piłsudskiego, począwszy od dzieciństwa aż po ostatnie chwile.

Następnie przewodnicząca p. Leszczyszyn przedstawiła zebranym przebieg dotychczasowej pracy Związku. W przemówieniu swojem zaznaczyła, że z powodu wyjazdu p. Drowej Mozołowskiej Związek traci opiekunkę i osobę

oddaną pracy społecznej. W krótkich lecz serdecznych słowach złożyła w imieniu Zw. podziękowanie za dotychczasową pomoc i pracę.

Po omówieniu spraw zawodowych posiedzenie zamknięto.

Sekretarka: Przewodnicząca:
Raczkowska. M. Leszczyszyn.

PROTOKÓŁ

z posiedzenia miesięcznego zebrania Związku Egz. Położnych we Lwowie w dniu 3/VII. 1935.

Po odczytaniu protokołu z ostatniego posiedzenia i sprawozdania kasowego przewodnicząca Leszczyszynowa wyjaśniła przebieg konferencji w Ubezpieczalni Społecznej we Lwowie.

Posiedzenie zaszczycił swą obecnością JWP. Dyr. Duchowicz, który wygłosił referat na temat: „Rola położnej w kierunku uświadomienia domu (społeczeństwa) o zgubnym wpływie alkoholu na duszę i ciało człowieka. Prelegent podał pojęcie napoju alkoholowego, określił własności chemiczne i fizjologiczne alkoholu, jako istotnego składnika rozmaitych napojów alkoholowych. Obszernie omówił sprawę dziedziczności na potomków alkoholików oraz sprawę działania alkoholu na płód i pokarm matki.

Następnie przewodnicząca omówiła kilka ważniejszych spraw zawodowych, które jednak nie mogą być załatwione ze względu na czas ferji wakacyjnych. Na tem posiedzenie zamknięto.

Sekretarka: Przewodnicząca:
Raczkowska Leszczyszyn.

SPRAWOZDANIE

z działalności i obrotów Kasy pożyczkowej „Samopomoc“ Uczenic Państwowej Szkoły Położnych we Lwowie za czas od 18. grudnia 1934 do 17. lipca 1935 r.

Kasa została założoną staraniem p. Michaliny Szczerbak, emer. nauczycielki, która uczyła na kursie dokształca-

jącym, utrzymywanym przez Koło Grunwaldzkie T. S. L. we Lwowie.

Pieniądze do obrotu zbierane były w kwotach po 5 lub 10 gr. tygodniowo od uczenic, które składały je dobrowolnie.

Gdy poszczególne uczenice złożyły już 1 zł., zostawał on wpisany jako udział zwrotny. Od każdej poszczególnej uczenicy przypada na rzecz kasy 20 gr. jako wpisowe.

Książki do prowadzenia rachunków a to: dziennik kasowy, książkę pożyczkową i bloczki na asygnaty ofiarowała bezinteresownie P. Szczerbak. Książkę na protokoły ofiarowała Zamojska Helena ucz. P. S. P.

W ciągu tego czasu złożono na udziały	28 zł.	45 gr.
54 członkiń na wpisowe	10 „	80 „
Pożyczek udzielono 46 na kwotę	174 „	90 „
Spłacono pożyczek	139 „	85 „
Pobrano procentu od pożyczek	5 „	50 „
Otrzymano zasiłek do obrotu od Dyr. Państw. Szk. Pol. Prof. Mączewskiego, który dnia 13/VII zwrócono Dyrekcji	50 „	— „

W dniu 17/VII 1935 zamknięto kasę po sprawdzeniu rachunków i zgodności odnośnych ksiąg z dziennikiem kasowym.

Wyciąg z Dziennika kasowego według stanu z dnia 17 lipca 1935.

Przychody:

Wpisowe	Udziały	Pożyczki	Procent	Depozyty	Inne	Razem
10·80 zł.	28·45 zł.	139·85 zł.	5·80 zł.	1125·70 zł.	50 zł.	1360·60 zł.

Rozchody:

Wpisowe	Udziały	Pożyczki	Procent	Depozyty	Inne	Razem
—	—	174·90 zł.	—	1125 zł.	50 zł.	1349·90 zł.

Gotówka . . . 10·70 zł.

którą na czas wakacji złoży się do Kasy Oszczędności, a u dłużniczek uczenic Państw. Szkoły Położnych pozostaje . . . . 35·05 zł.

Stan czynny kasy dziś 17. VII. 1935 . . . . 45·75 zł.

Lwów, dnia 17. VII. 1935.

Szczerbak Michalina **Pomazańska Katarzyna**

Udział położnych w walce z alkoholizmem.

Stały dodatek do czasopisma „Położna“ we Lwowie, ul. Pijarów 4. — Nr. 7—8 za lipiec i sierpień 1935 r.

Organ Koła Położnych-Abstynentek im. Dr. Z. Daszyńskiej-Golińskiej Tow. walki z alkoholizmem „Trzeźwość“ we Lwowie.

Ślubowanie abstynenckie członkiń „Koła Położnych-Abstynentek im. Dr. Zofji Daszyńskiej-Golińsk'ej. Tow. walki z alkoholizmem „Trzeźwość“ we Lwowie.

I. Grupa dożywotnia.

„Przyrzekam uroczyście, iż powstrzymam się do końca życia od używania wszelkich napojów upajających, a słowem i przykładem przywodzić będę innych do podobnego postanowienia“.

L.	Nazwisko i imię	Data i miejsce urodzenia	Stałe miejsce zamieszkania	Data ślubowania
I. 9. (25).	Głupiakowa Rozalja	1. VI. 1896 wieś Strzelczyska, pow. Mościska.	Wieś Sokola, poczta i pow. Mościska.	3. V. 1935.
I. 10. (26.)	Mogielnicka Józefa	9. III. 1897 Wiśniowczyk, pow. Podhajce.	Lwów, ul. Poniatowskiego Nr. 11.	28. V. 1935.
I. 11. (29.)	Politylowa Władysława	14. X. 1901 Busk, pow. Kamionka Str.	Busk.	18. VI. 1935.
I. 12. (30).	Heiligowa Marja	14. VII. 1900 Lwów.	Lwów, Sygniówka, ul. Teatralna Nr. 133.	19. VI. 1935.

II. Grupa czasowa.

„Przyrzekam uroczyście, iż powstrzymam się na czas określony od używania wszelkich napojów upajających, a słowem i przykładem przywodzić będę innych do podobnego postanowienia“.

L. p.	Nazwisko i imię	Data i miejsce urodzenia	Stałe miejsce zamieszkania	Data ślubowania	Na okres
I. 13. (21.)	Fąfarówna Weronika	9. VII. 1904 wieś Pstragowa, pow. Rzeszów.	Wieś Pstrągowa, gmina Rzeszów, poczta Czudec	20. II. 1935.	na 3 lata.

II. 14. (22).	Dziadecka Marja	9. IV. 1901 Rozwadów, pow. Tarnobrzeg.	Rozwadów nad Sanem.	20. II. 1935.	na 3 lata.
II. 15. (23).	Płachtowa Aniela	4. XI. 1901 Tłumacz.	Tłumacz, ul. Słowackiego 5.	20. II. 1935.	na 3 lata.
II. 16 (24).	Kubiszynówna Marja	16. X. 1905. wieś Cebrów pow. Tarnopol.	Lwów, ul. Supińskiego 5.	8. III. 1935.	na 3 lata
II. 17. (27).	Seidlowa Aniela	6. V. 1900 wieś Krzemienica, pow. Łańcut	Łańcut, ul. Rzeźnicka Nr. 318.	28. V. 1935.	na 3 lata.
II. 18. (28).	Prusówna Leokadja	6. II. 1915 wieś Turkowice, pow. Hrubieszów	Turkowice, poczta w miejscu.	18. VI. 1935.	na 3 lata
II. 19. (31).	Sawiczowa Zofja	9. III. 1899 wieś Podhorodce, pow. Stryj.	Podhorodce.	19. VI. 1935.	na 3 lata.
II. 20. (32). (nadzw.)	Wolf-Kirszowa Marja	20. I. 1900 Rymanów, pow. Sanok.	Sanok, ul. Wesoła Nr 40.	19. V. 1935.	na 3 lata.

Zmiany i sprostowania

w spisie położnych-abstynentek i ich adresów:

Grupa i L. p. spisu	Nazwisko i imię	Data i miejsc urodzenia	Adres	Nr. i str. czasopism gdzie ogłoszono poprzednio
I. IV. (11.)	Dyczkowska Marja	(jak poprzednio zgłoszona)	Wieś Zazdrość, poczta Strusów.	Nr. 1—2, 1935, s. 2, („Położna“ 1935, s. 28).
I. 1. (11.)	Kobakówna Weronika	„	Borysław, ul. Narutowicza 1.	Nr. 1—2, 1935, s. 2, („Położna“ 1935, s. 28).
II. 12. (20).	Majowiczowa Ewa	„	Wieś Wola Raniżowska, poczta Raniżów, powiat Kolbuszowa.	Nr. 1—2, 1935, s. 3, („Położna“ 1935, s. 29).
II. 2. (5).	Pawlukowa Anna	„	Wieś Krówniki, poczta Przemyśl.	Nr. 1—2. 1925, s. 3, („Położna“ 1935, s. 29).
I. 6. (13).	Szelcowa Honorata	„	Krosno, ul. Bursaki.	Nr. 1—2, 1935. s. 3, („Położna“ 1935, s. 29).
II. 6. (9).	Wróblówna Marja	„	Wieś Niebieszczany, poczta pow. Sanok.	Nr. 1—2, 1935, s. 3, („Położna“ 1935, s. 29).

UWAGA: Prosimy członkinie w razie zmiany miejsca pobytu lub mieszkania (adresu) zmiany nazwiska (np. wskutek wyjścia zamąż) i t. p., jaknajrychlej podawać te zmiany do wiadomości Zarządu Koła Położnych-Abstynentek, przesyłając mu niezwłocznie te zmiany lub nowy adres, wymieniając dokładnie miejscowość, ulicę, nr. domu, lub wieś, gminę, najbliższą pocztę i powiat. Tylko. wtedy gdy Zarząd Koła będzie miał w dokładnej ewidencji szczegółowy spis członkiń i ich aktualne adresy, będzie można szybko i bez zaginięcia przesyłać członkiniom czasopismo, okólniki Zarządu, listy, i inne wiadomości.

Wpływ alkoholu na matkę, na płód i przyszły rozwój dziecka.

(Dokończenie).

IV.

Wynika z tego, że zmiany wywołane przez alkohol, mogą być odziedziczone.

Dowodem tego są liczne rodowody potomstwa alkoholików.

1) Demme w Bernie, przez 12 lat obserwował dwie grupy rodzin, porównując je ze sobą.

Jedna z nich składała się z 10 rodzin pijackich, w której przodkowie częściowo byli pijakami, druga złożona była z 10 rodzin bardzo umiarkowanych; pozatem żyły obie grupy mniej więcej w tych samych warunkach. Rodziny pijackie miały 57 dzieci. Z tej liczby umarło 25 w pierwszych tygodniach, lub miesiącach po urodzeniu, 6 było idjotami, u 5 był wyraźnie opóźniony rozwój fizyczny, częściowo wzrost karłowaty, 5 było epileptykami (wśród nich dwu było pijakami, jeden zachorował na chorobę św. Wita), 5 cierpiało na chroniczne rozwodnienie mózgu, posiadało zajęczą wargę, nogę niekształtną lub też inne wrodzone ułomności, a tylko 10 dzieci było normalnych (tj. tylko 17.5 proc.).

10 rodzin bardzo umiarkowanych, wolnych od wszelkiego obarczenia alkoholowego, miało 61 dzieci. W przeciągu pierwszych tygodni lub miesięcy po urodzeniu zmarło 5 dzieci, dwoje chorowało między 5 a 8 rokiem życia na chorobę św. Wita, dwoje (nie będąc idjotami) roz-

wijało się powoli pod względem umysłowym, dwoje miało wrodzone ułomności, ale 50 rozwijało się zupełnie normalnie (tj. 82 proc.).

Ogólny wynik obserwacji tych dwu rodzin był więc następujący:

u 10 rodzin pijackich:			u 10 rodzin bardzo umiarkowanych:		
zmarło	25 dzieci	(43,8%)	zmarło	5 dzieci	(8,2%)
chorych	22 „	(38,7%)	chorych	6 „	(9,9%)
zdrowych	10 „	(17,5%)	zdrowych	50 „	(81,9%)
Razem	57 dzieci	(100%)	Razem	61 dzieci	(100%)

2) Na większej jeszcze ilości badanych oparł swe zestawienie lekarz francuski Legrain, który zbadał 814 potomków 215 rodzin pijackich, u których poza dużą śmiertelnością w pierwszych miesiącach życia, znajdujemy przedewszystkiem upośledzenie umysłowe:

z tych 814 dzieci urodziło się martwo lub rychło zmarło 21.4 proc.;

z tych 814 dzieci przeżyło okres dziecięcy 78.6 proc. (640 osób); z pośród tych 640 żyjących było: pijaków 30.8 proc., — idjotów 50.3 proc., — zbrodniarzy 9.7 proc., — epileptyków 20·4 proc., — chorych umysłowo 22·7 proc., — słabowitych i gruźliczych 14.5 proc.

Dodawszy w tem zestawieniu Legraina cyfry wszystkich rodzajów upośledzeń, otrzymamy więcej niż 640 osób, a to dlatego, że niektóre osoby musiały być liczone kilka razy w różnych grupach; np. zdarzało się, że pijak był równocześnie epileptykiem i zbrodniarzem, więc zaliczono go w powyższej statystyce 3 razy.

3) Podobną statystykę daje Echeverria. Zbadał on 476 dzieci 68 pijaków i 47 pijaczek. Z tych dzieci: 23 urodziło się nieżywe, 106 zmarło w dzieciństwie na kurcze, a 37 na inne choroby. 4 było samobójcami. Z żyjących dłużej 96 było epileptyków, 26 histeryków, 23 porażonych, 19 skrofulicznych, 19 umysłowo chorych, 7 paralityków, 13 idjotów, 9 cierpiało na taniec św. Wita, 5 na tabes, 3 było głuchych, 7 fizycznie upośledzonych. Tylko 79 osób, tj. 16.6 proc. było mniej więcej zdrowych.

4) Wielce interesujący rodowód rodziny pijackiej ogłasza Dr. Antoni Puławski, na tle stosunków polskich:

Ojciec Józef pijak — i Katarzyna jego żona, córka pijaka, mieli pięcioro dzieci, z tego tylko najstarszy syn Antoni, był zdrów i miał dzieci zdrowe, drugi syn Jan zmarł na epilepsję w 24 roku życia, córka Ewa miała 3-je dzieci i 4-ro wnuków, wszystko chore i zwyrodniałe. Następny syn Wojciech, pijak, zabity w bójce, a piąty syn Sebastjan koniokrad i kryminalista, miał 3-je dzieci, 4-ch wnuków, wszyscy pijacy, obłąkani lub złodzieje.

W czterech więc pokoleniach pochodzących od Józefa i Katarzyny, było ogółem: pijaków 5, idjotów 3, epileptyków 4, obłąkanych 2, histeryczek 3, złoczyńców 4, wodogłowych 4, zdrowych 1, razem 26 potomków.

5) Inny badacz Arrivé, zestawiając porównawczo losy potomstwa 81 rodzin alkoholików, 76 gruźliczych i 245 normalnych, u których było razem 1648 dzieci, znalazł następujące stosunki:

	u rodzin alkoholików,	gruźliczych,	normalnych
I. poronień	11.54%	9.78%	6.1%
II. urodzeń martwych	5.2%	3 01%	2.79%
III. dzieci zmarłych do 6 roku	49 7%	35.4%	30.4%

Ztąd widać, że alkohol bardziej degeneruje niż gruźlica.

Według doświadczeń badaczy dawniejszych i nowych degeneracja alkoholowa idzie aż do 4-go pokolenia.

Z rodzajów obciążeń potomstwa alkoholików, przedewszystkiem wysuwa się: pijaństwo, epilepsja, idjotyzm, choroby umysłowe i nerwowe lub wreszcie upośledzenia takie jak głuchoniemota, próchnica zębów i bezmleczność (utrata zdolności karmienia) u kobiet.

Przechodząc od doświadczeń na zwierzętach do spostrzeżeń nad ludźmi widzimy, że nie tylko długotrwałe używanie alkoholu wpływa szkodliwie zarówno na matkę jak i na ojca, lecz także oddziaływa na ich potomstwo nawet, co również ważne, że nawet jednorazowe użycie, a tembardziej nadużycie alkoholu, wpływa szkodliwie na wydzieliny gruczołów rodnych, tj. na ciałka nasienne i jaja, które wskutek tego stają się wadliwe.

V.

Posiadamy szereg spostrzeżeń, które dowodzą, że zapłodnienie w stanie pijanym, daje potomstwo zwyrodniałe.

Niebezpieczeństwo zapłodnienia w stanie pijanym znane już było w starożytności.

W Kartaginie i Sparcie wydano prawo wzbraniające spółkowania w stanie pijanym.

1) Według badań Hollitschera: Trzy małżeństwa stosowały stale prezerwatywy, a raz tylko w stanie pijanym środków tych zaniechały.

W pierwszem małżeństwie urodziło się dziecko niedorozwinięte z wodogłowiem.

W drugiem, dziecko z angielską chorobą, skrofuliczne z zaburzeniami mowy i chodu.

W trzeciem dziecko zmarło w 1 ½ roku w konwulsjach.

2) Według badań Lippicha: Zestawiono 97 wypadków dzieci spłodzonych w stanie pijanym, w tej liczbie było tylko 14 dzieci zdrowych, a z pozostałych 83 wykazano:

1) skrofulicznych	28	6) chorych na chorobę płuc	6
2) chorych na gruźlicę	3	7) „ „ wodogłowie	1
3) chorych na krzywicę	1	8) „ „ zanik ogólny	3
4) „ „ zapalenie mózgu	6	9) fizycznie źle rozwiniętych	3
5) chorych na blednicę	4	10) tępych umysłowo	4

3) Według badań Zakładu psychjatrycznego we Frankfurcie n/M.: W liczbie 808 chorych, obciążonych alkoholizmem rodziców lub najbliższych krewnych było chorych dotkniętych: alkoholizmem przewlekłym 40 proc., — idjotyzmem 10 proc., — porażeniem postępującem 4 proc.

4) Spostrzeżenia Bezzoli: Badano 8.000 dzieci szwajcarskich niedorozwiniętych umysłowo i ułożono krzywą zapłodnień i urodzeń według miesięcy. Okazało się, że największa liczba zapłodnień przypada na luty (karnawał), kwiecień (wielkanoc), czerwiec (okres wesel), październik (zbiory wina), tj. na te miesiące, kiedy ludność zużywa największą ilość napojów wyskokowych.

Krzywa ułożona dla dzieci normalnych wykazała, że w tych samych miesiącach liczba zapłodnień była najmniejszą.

5) Takie same badania innego uczonego (Müllera) dotyczą epileptyków i (Hartmana) przestępców.

Krzywa czasu zapłodnienia w tym razie odpowiada również krzywej niedorozwiniętych dzieci, czyli otępiałych (Bezzola).

Najwięcej dzieci nieżywych rodzi się w 9 miesięcy po karnawale lub kiermaszu.

6) W krajach, gdzie rośnie wino, przekonano się, że w 7 lat po dobrym urodzaju wina, uczniowie 1 klasy wykazują najmniejsze zdolności.

VI.

Wnioski co do wpływu alkoholizmu na matkę, płód i przyszły rozwój dziecka, wobec prac doświadczalnych i badań klinicznych, o których mówiłem, wyprowadzić można następujące:

1) Alkohol przyjmowany przez matkę w czasie ciąży i w okresie karmienia sprowadza zwyrodnienie potomstwa, nawet wtedy, gdy jaja, a wogóle zaródź przedtem była zdrowa.

2) Przyczyną zwyrodnienia potomstwa alkoholików są zmiany spowodowane przez alkohol w gruczołach rodnych i co za tem idzie, uszkodzenie komórek zarodkowych, tj. ciałek nasiennych męskich (plemników) i jajek kobiecych.

3) Nietylko alkoholizm przewlekły, ale i doraźne używanie alkoholu, sprowadzić może, jak dowodzą liczne dane kliniczne i statystyczne, zwyrodnienie potomstwa.

4) Liczne doświadczenia dowodzą zgubnego wpływu alkoholu na rozwój płodu.

5) Nie mniej zgubne jest przyjmowanie alkoholu w wieku dziecięcym, które tamuje rozwój ustroju, a w pierwszej linji rozwój mózgu.

Tak oto zgubne są skutki alkoholizmu w stosunku do matki, płodu i dziecka.

Dawniej sądzono, że alkoholizm, powodując większe zwyrodnienie i bezpłodność prowadzi do zaniku rodów zwyrodniałych. „Alkohol wytępi kanalje", pisał jeden z badaczy (Pareto).

Tak jednak nie jest. Alkohol w znacznej mierze przyczynia się do powiększenia liczby zwyrodniałych i podług Forela „tworzy znacznie więcej kanalji, aniżeli ich wytępia". —

Naród polski, który posiada tak wielkie zadania dziejowe do spełnienia dbać winien więcej, niż każdy inny, aby jego pokolenia unikały wszystkiego, co osłabia siły ciała i ducha. Jednym z najgroźniejszych czynników takich jest alkoholizm, którego naród nasz dla najświętszych celów wyrzec się musi i bez wątpienia się wyrzecze.

Zestawił KAZIMIERZ ŻURAWSKI.

Wydawca: Stow. Zawod. Położnych Małopolski. Redaktor odpow.: Dr. Jan Bażowski
Z Drukarni Narodowej Edwarda Zimnego, Lwów Szajnochy 2, tel. 221-35.